

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2163.92 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 315.19 g; suma cukrów prostych: 38.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 4.89 g; WW: 28.14 Por; Cholesterol: 243.77 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2409.42 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 79.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; suma cukrów prostych: 54.01 g; Błonnik pokarmowy: 41.98 g; Sól: 5.2 g; WW: 31.38 Por; Cholesterol: 263.77 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, sałata zielona 8g 8g,
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2430.12 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; suma cukrów prostych: 48.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.69 g; Sól: 6.19 g; WW: 33.62 Por; Cholesterol: 252.97 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.36 kcal; Białko ogółem: 97.98 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; Sól: 5.22 g; WW: 30.27 Por; Cholesterol: 250.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2760.98 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 417.49 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 6.23 g; WW: 38.11 Por; Cholesterol: 263.37 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2282.93 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 78.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 322.87 g; suma cukrów prostych: 56.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; Sól: 5.19 g; WW: 29.84 Por; Cholesterol: 267.27 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2219.21 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; suma cukrów prostych: 43.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 5.13 g; WW: 31.71 Por; Cholesterol: 271.04 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1735.86 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 249.73 g; suma cukrów prostych: 36.53 g; Błonnik pokarmowy: 18.6 g; Sól: 4.33 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 238.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1915.01 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 286 g; suma cukrów prostych: 37.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; Sól: 4.48 g; WW: 26.78 Por; Cholesterol: 246.64 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2427.31 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 377.27 g; suma cukrów prostych: 50.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Sól: 6.12 g; WW: 35.51 Por; Cholesterol: 266.64 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2315.71 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; Sól: 5.85 g; WW: 27.95 Por; Cholesterol: 262.44 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1797.17 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.2 g; Węglowodany ogółem: 285.23 g; suma cukrów prostych: 33.91 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Sól: 4.68 g; WW: 24.51 Por; Cholesterol: 191.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1934.83 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.71 g; Węglowodany ogółem: 248.14 g; suma cukrów prostych: 61.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; Sól: 5.65 g; WW: 21.59 Por; Cholesterol: 314.04 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2212.03 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 78.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 309.1 g; suma cukrów prostych: 65.42 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Sól: 7.17 g; WW: 26.75 Por; Cholesterol: 315.24 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , pasta z soczewicy 80g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2125.93 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; suma cukrów prostych: 33.06 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; Sól: 5.61 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 217.36 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , pasta z soczewicy 80g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2518.41 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; suma cukrów prostych: 51.87 g; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; Sól: 6.13 g; WW: 30.44 Por; Cholesterol: 282.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1972.15 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 296.04 g; suma cukrów prostych: 28.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Sól: 8.44 g; WW: 27.46 Por; Cholesterol: 168.36 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>) ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2190.93 kcal; Białko ogółem: 51.07 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.9 g; Węglowodany ogółem: 317.74 g; suma cukrów prostych: 26.24 g; Błonnik pokarmowy: 13.46 g; Sól: 4.3 g; WW: 30.46 Por; Cholesterol: 206.61 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),) , pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),) , wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>) ,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), sok owocowy 200ml 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2234.81 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 358.78 g; suma cukrów prostych: 91.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; Sól: 5.38 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 226.56 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), sok owocowy 200ml 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2354.57 kcal; Białko ogółem: 104.7 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 367.45 g; suma cukrów prostych: 103.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; Sól: 5.23 g; WW: 34.67 Por; Cholesterol: 267.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa			
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2812.07 kcal; Białko ogółem: 130.27 g; Tłuszcz: 91.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 402.28 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Błonnik pokarmowy: 46.85 g; Sól: 6.15 g; WW: 35.86 Por; Cholesterol: 271.77 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona			
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		płynna - obiad 600 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),				Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2119.11 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 130.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 131.47 g; suma cukrów prostych: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.26 g; Sól: 1.75 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Papkowata			
papkowata - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		papkowata - obiad 650 ml, grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),		papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),				Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2167.63 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 130.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.03 g; Węglowodany ogółem: 142.72 g; suma cukrów prostych: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.18 g; Sól: 1.76 g; WW: 13.63 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2512.13 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 366.55 g; suma cukrów prostych: 67.2 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 5.37 g; WW: 34.6 Por; Cholesterol: 271.04 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów			
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2252.02 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; suma cukrów prostych: 20.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g; Sól: 7.5 g; WW: 27.55 Por; Cholesterol: 214.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40g , ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1652.66 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 230.59 g; suma cukrów prostych: 29.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; Sól: 4.97 g; WW: 20 Por; Cholesterol: 225.36 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40g , pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2105.66 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; suma cukrów prostych: 48.55 g; Błonnik pokarmowy: 43.75 g; Sól: 5.22 g; WW: 27.4 Por; Cholesterol: 249.74 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta b/ ml 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2186.17 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 73.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 61.22 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; suma cukrów prostych: 36.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.8 g; Sól: 7.88 g; WW: 30.19 Por; Cholesterol: 179.33 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta b/ ml 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sałata zielona 8g 8g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2265.27 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.22 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; suma cukrów prostych: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; Sól: 4.47 g; WW: 29.84 Por; Cholesterol: 114.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2080.63 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 308.86 g; suma cukrów prostych: 39.04 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; Sól: 4.82 g; WW: 27.6 Por; Cholesterol: 227.76 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1697.75 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2011.75 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 93.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 235.21 g; suma cukrów prostych: 29.33 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; Sól: 2.08 g; WW: 22.04 Por; Cholesterol: 313.36 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2012.99 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz: 100.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 224.03 g; suma cukrów prostych: 21.09 g; Błonnik pokarmowy: 14.74 g; Sól: 1.82 g; WW: 21.14 Por; Cholesterol: 196.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.73 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 110.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 208.29 g; suma cukrów prostych: 26.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Sól: 2.23 g; WW: 19.21 Por; Cholesterol: 325.76 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,	grysikowa z ziemniakami - dieta b/ ml 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2216 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 280.38 g; suma cukrów prostych: 30.05 g; Błonnik pokarmowy: 40.51 g; Sól: 7.61 g; WW: 24.14 Por; Cholesterol: 291.11 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2047.48 kcal; Białko ogółem: 81.4 g; Tłuszcz: 112.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 73.5 g; Węglowodany ogółem: 206.05 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 18.33 g; Sól: 3.27 g; WW: 18.89 Por; Cholesterol: 196.28 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , salata zielona 8g 8 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2266.05 kcal; Białko ogółem: 79.8 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 380.78 g; suma cukrów prostych: 50.82 g; Błonnik pokarmowy: 46.18 g; Sól: 4.26 g; WW: 33.85 Por; Cholesterol: 130.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , sok pomidorowy 300 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , miód 2 szt. 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2262.06 kcal; Białko ogółem: 46.53 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 364.56 g; suma cukrów prostych: 36.01 g; Błonnik pokarmowy: 16.58 g; Sól: 5.59 g; WW: 34.94 Por; Cholesterol: 206.61 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1859.79 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; suma cukrów prostych: 48.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.93 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 780.34 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2085.92 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 343.97 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; Sól: 6.18 g; WW: 30.91 Por; Cholesterol: 171.82 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1366.08 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> ,), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), knedle ze śliwką ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), śmietana 18% ots 100 ml (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> ,),			
			Posiłek nocny: herbatniki ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,), serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> ,),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2762.46 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 118.67 g; Kw.łt.nas.ogółem: 64.88 g; Węglowodany ogółem: 303.6 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.2 g; Sól: 6.1 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 445.81 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> ,), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u> ,), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u> ,),			Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,), sok owocowy 200ml 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2234.81 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw.łt.nas.ogółem: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 358.78 g; suma cukrów prostych: 91.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; Sól: 5.38 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 226.56 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> ,), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane ots 200 g , Filet z kurczaka gotowany ots 80 g , bukieć warzyw mar./brok./kalaf. ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), ser żółty plastry - 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> ,),			
			Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> ,), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2606.99 kcal; Białko ogółem: 150.4 g; Tłuszcz: 117.49 g; Kw.łt.nas.ogółem: 65.07 g; Węglowodany ogółem: 235.91 g; suma cukrów prostych: 41.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sól: 9.65 g; WW: 20.85 Por; Cholesterol: 435.11 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.łt.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1365.27 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1308.3 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; suma cukrów prostych: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.74 g; Sól: 1.08 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE,</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), śmietanka 18% 80 ml (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>),		mleko 200 ml (<u>MLE,</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE,</u>),			Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1734.77 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 111.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Błonnik pokarmowy: 1.4 g; Sól: 1.21 g; WW: 12.66 Por; Cholesterol: 355.72 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),		Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),			Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE,</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,		grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU,</u>), marchewka gotowana 150 g ,		Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), kakao proszek 30 g ,			Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2081.15 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 244 g; suma cukrów prostych: 43.9 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 3.15 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 224.79 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g (<u>GLU,</u>), brokuł gotowany 100 g ,		wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,	
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,			Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1727.34 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz.-żył. 90 g (<u>GLU</u>),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1662.75 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 42.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 267.48 g; suma cukrów prostych: 99.79 g; Błonnik pokarmowy: 52.04 g; Sól: 3.85 g; WW: 22.01 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1082.94 kcal; Białko ogółem: 59.92 g; Tłuszcz: 41.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.39 g; Węglowodany ogółem: 121.98 g; suma cukrów prostych: 9.1 g; Błonnik pokarmowy: 11.04 g; Sól: 1.54 g; WW: 11.22 Por; Cholesterol: 218.23 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2315.21 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 343.07 g; suma cukrów prostych: 43.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 5.13 g; WW: 32.31 Por; Cholesterol: 271.04 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2264.97 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; suma cukrów prostych: 50.75 g; Błonnik pokarmowy: 46.09 g; Sól: 4.26 g; WW: 33.84 Por; Cholesterol: 130.58 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, paszтет sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), ogórek świeży 100 g, salata zielona 8g 8g, dżem owocowy 50 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, salata zielona 8g 8g,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2282.77 kcal; Białko ogółem: 66.41 g; Tłuszcz: 67.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.29 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; suma cukrów prostych: 100.16 g; Błonnik pokarmowy: 44.03 g; Sól: 3.58 g; WW: 33.21 Por; Cholesterol: 18.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , Kottlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1930.69 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 259.92 g; suma cukrów prostych: 38.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g; Sól: 4.3 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 241.99 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kottlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2109.84 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g; Sól: 4.46 g; WW: 27.7 Por; Cholesterol: 250.27 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1755.68 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 211.88 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Sól: 5.49 g; WW: 18.16 Por; Cholesterol: 305.76 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z marchwi i chrzanu 130 g (<u>MLE</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2090.39 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; suma cukrów prostych: 43.18 g; Błonnik pokarmowy: 46.83 g; Sól: 4.38 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 119.78 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2624.04 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; suma cukrów prostych: 51.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; Sól: 9.13 g; WW: 37.9 Por; Cholesterol: 279.04 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2337.98 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; suma cukrów prostych: 62.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sól: 10.33 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 285.74 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 100g 100 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g, pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), rzodkiewka 40g 40 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143.05 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 62.35 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; suma cukrów prostych: 54.9 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; Sól: 9.06 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 406.11 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z marchwi i chrzanzu 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 60 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2253.73 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 110.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 239.95 g; suma cukrów prostych: 54.98 g; Błonnik pokarmowy: 17.99 g; Sól: 3.3 g; WW: 22.3 Por; Cholesterol: 320.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2850.98 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 87.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 426.79 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 6.47 g; WW: 39.01 Por; Cholesterol: 275.37 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), pasztet sojowy ots 113 g (<u>SOJ</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami ots b/mleka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), knedle ze śliwką ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u>), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy -ots 300 ml, kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2302.43 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Sól: 4.15 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 214.75 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 894.75 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 31.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 120.1 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.1 g; WW: 10.38 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

niedziela 2025-02-09			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlec drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina wieprzowa 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2760.98 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 417.49 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Sól: 6.23 g; WW: 38.11 Por; Cholesterol: 263.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 400 ml ,	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u> ,), zupa ziemniaczana - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> ,), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2667.6 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 116.78 g; Kw.ł.nas.ogółem: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; suma cukrów prostych: 158.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; Sól: 4.42 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 767.19 mg;

niedziela 2025-02-09		
Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> ,), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta indyk 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2309.21 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw.ł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 5.37 g; WW: 32.61 Por; Cholesterol: 283.04 mg;